

УДК 37.08;38.02:376.2/4

МРНТИ 14.29.41

<https://doi.org/10.48371/PEDS.2026.82.3.036>

СИСТЕМАТИЗАЦИЯ МОДЕЛЕЙ ВЫГОРАНИЯ В КОНТЕКСТЕ СОВРЕМЕННЫХ НАУЧНЫХ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ

*Парманкулова П.Ж.¹, Жолдасбекова С.А.² Иманкулова Л.П.³, Тәңкіш Н.П.⁴

*^{1,2}Южно-Казахстанский университет им. М. Ауэзова

Шымкент, Казахстан

³Казахский Национальный женский педагогический университет

Алматы, Казахстан

⁴Центрально-Азиатский инновационный университет

Шымкент, Казахстан

Аннотация. В научной литературе представлено множество моделей выгорания, которые различаются теоретическими основаниями, пониманием природы данного феномена, его структуры, факторов возникновения и механизмов развития. Вместе с тем отсутствие единой классификации затрудняет сопоставление различных научных подходов и определение взаимосвязи между ними. В связи с этим актуальной задачей является систематизация существующих моделей выгорания и их классификация на основе общих концептуальных и содержательных характеристик. Целью исследования является классификация моделей выгорания на основе анализа теоретических положений, структурных компонентов и функциональной направленности моделей. В исследовании применены методы ретроспективного и сравнительного анализа, обобщения и классификация научных подходов. Применение ретроспективного анализа позволило проследить эволюцию научных представлений о выгорании и выявить ключевые направления развития существующих моделей. Авторами выделены четыре основных типа моделей выгорания: *факторные, процессуальные, концептуальные и прикладные*. Установлено, что факторные модели описывают структурные компоненты выгорания, процессуальные модели раскрывают его динамику, концептуальные модели рассматривают многоуровневые факторы, прикладные модели ориентированы на разработку диагностических и профилактических мероприятий. Предлагаемая классификация моделей выгорания отличается от ранее разработанных тем, что учитывает не только происхождение факторов выгорания, но и структуру, причины и механизмы развития, а также диагностику и профилактику выгорания. Научная новизна исследования заключается в предложенной классификации моделей выгорания, которая создает основу для разработки диагностических инструментов и профилактических программ. Практическая значимость связана с возможностью применения полученных результатов в системе образования Республики Казахстан. Перспективы дальнейших исследований связаны с разработкой адаптированных методик диагностики и программ

профилактики выгорания с использованием современных цифровых технологий, включая элементы искусственного интеллекта.

Ключевые слова: выгорание, модель, систематизация, классификация, ретроспективный анализ, факторные модели, процессуальные модели, концептуальные модели, прикладные модели

Введение

Выгорание представляет собой сложный и многоаспектный феномен, который на протяжении нескольких десятилетий остается предметом многочисленных исследований. Одним из первых исследователей, использовавших термин burn-out в научном контексте, был Н. Freudenberger. Он описывал выгорание как состояние истощения, обращая внимание на его физические, поведенческие, когнитивные и эмоциональные проявления [1]. Значительный вклад в концептуализацию выгорания внесли С. Maslach и S.Jackson. Они выделили три основных компонента выгорания: эмоциональное истощение, деперсонализацию и снижение чувства личных достижений. Такой подход способствовал переходу от описательного понимания выгорания к его структурному изучению [2]. Более широкое понимание выгорания было предложено А. Pines и E.Aronson. Ученые связывали выгорание с физическим, эмоциональным и психическим истощением. Данная концепция позволяла рассматривать выгорание в более широком контексте продолжительного эмоционального напряжения [3].

В казахстанском научном сообществе наблюдается постепенное увеличение интереса к теме выгорания. Однако количество исследований, посвященных данной проблеме, остается ограниченным. Несмотря на наличие отдельных научных публикаций В. Бурмистровой, А. Арыстанбай, К. Абдулхакимовой, А.Жакуповой, Д. Билялова, К. Нагимжановой, Н. Керимбаева, Т. Ережепова и др., исследования отечественных ученых в основном направлены на теоретическое осмысление феномена выгорания у педагогов.

Расширение исследовательского интереса к данной проблеме сопровождалось формированием различных теоретических подходов к объяснению природы выгорания, его структуры, факторов возникновения и механизмов развития. Различия в понимании природы, структуры и механизмов формирования выгорания обусловили появление многочисленных теоретических моделей. Вместе с тем отсутствие единой классификации моделей затрудняет сопоставление научных подходов и определение взаимосвязи между ними. В связи с этим актуальной задачей является систематизация существующих моделей выгорания и их классификация на основе общих концептуальных и содержательных характеристик.

Попытка классификации теоретических моделей выгорания предпринимались рядом зарубежных исследователей. Наиболее развернутые классификации представлены в работах R.Karasek, W. Schaufeli, D. Enzmann, P.Gil-Monte, J.Peiro, C. Maslach, W. Schaufeli, M. Leiter, C.L.

Cordes, T.W. Dougherty, A.B. Bakker, E.Demerouti, W.P. Oakes, E.A. Трухан и др. Рассмотрим некоторые из них.

Одну из первых обобщающих классификаций предложили W. Schaufeli и D.Enzmann в монографии «The Burnout Companion to Study and Practice», опубликованной в 1998 году. Авторы проанализировали около 19 теоретических подходов и сгруппировали модели выгорания по основным причинам синдрома:

- 1) Индивидуальные модели;
- 2) Межличностные модели;
- 3) Организационные модели;
- 4) Социальные модели.

По определению авторов, индивидуальные модели выгорания отражают особенности, мотивацию, самоэффективность личности, а также способы совладания со стрессом. Межличностные модели связывают выгорание с эмоционально напряженным взаимодействием и нарушением взаимности. В организационных моделях основными факторами выгорания выступают рабочая нагрузка, конфликтные ситуации, недостаток поддержки, организационная несправедливость. Социальные модели рассматривают выгорание в контексте общественных изменений, трансформации ценностей, повышения социальных ожиданий и снижения общественного признания труда [4].

Другой подход представлен в работах P. Gil-Monte и J. Peiro. Испанские исследователи систематизировали модели выгорания на основании социально-психологической теории. Они выделяют три модели выгорания:

- 1) Социально-когнитивные модели;
- 2) Модели социального обмена;
- 3) Организационные модели.

P. Gil-Monte и J. Peiro отмечают, что в социально-когнитивных моделях центральное значение имеют самоэффективность, оценка собственных возможностей, убеждение человека в способности контролировать ситуацию. Модели социального обмена объясняют выгорание нарушением принципа взаимности. Организационные модели связывают выгорание с особенностями рабочей среды, ролевым конфликтом, чрезмерной нагрузкой, отсутствием социальной поддержки [5].

C. Maslach W. Schaufeli и M. Leiter в работе «Job Burnout» рассматривают выгорание, начиная от индивидуального понимания к его организационному и системному объяснению. Авторы определяют выгорание как продолжительную реакцию на хронические эмоциональные и межличностные стрессоры. Исследователи систематизируют развитие теоретических представлений о выгорании по уровням его анализа и выделяют три вида модели:

- 1) Индивидуально-психологические модели;
- 2) Межличностные модели;
- 3) Организационные модели.

Индивидуально-психологические модели сосредоточены на

эмоциональном истощении, личностных особенностях и стратегиях совладания со стрессом и на индивидуальных ресурсах личности. Межличностные модели связывают развитие выгорания с эмоционально напряженным взаимодействием человека с другими участниками отношений. Организационные модели рассматривают выгорание как результат продолжительного несоответствия между личностью и условиями его деятельности. Теоретическая значимость данного подхода заключается на анализе системных характеристик трудовой среды [6].

Существенный вклад в систематизацию моделей выгорания внесла Е.А.Трухан. Она провела ретроспективный и систематический анализ более 40 зарубежных и отечественных процессуальных моделей выгорания. Е.А.Трухан выделила пять моделей:

- 1) Метафорические модели;
- 2) Феноменологические модели;
- 3) Модели, производные от трехкомпонентной концепции С. Maslach;
- 4) Стресс-ориентированные модели;
- 5) Двуполярные модели «вовлеченность-выгорание».

По классификации Е.А. Трухан, метафорические модели описывают развитие выгорания посредством образов горения, угасания, падения или истощения энергии. Особенность метафорических моделей заключается в доступности и наглядности описания. Феноменологические модели основаны на клиническом, организационном, профессиональном или ролевом опыте. В них выгорание рассматривается как постепенно развивающийся процесс изменения самочувствия и отношения к работе. Особенность моделей, производные от трехкомпонентной концепции С. Maslach, заключается в соединении структурного и процессуального подходов. Они рассматриваются как взаимосвязанные этапы его развития. В стресс-ориентированных моделях указано, что выгорание результат продолжительного стресса. Двуполярные модели основаны на противопоставлении выгорания и профессиональной вовлеченности, где выгорание анализируется в контексте профессионального благополучия [7,8].

Анализ показал, что большинство существующих систематизаций моделей построено по одному доминирующему критерию. Также позволяет установить, что в научной литературе отсутствует общепринятая универсальная классификация, которая позволяла бы объединить существующие модели выгорания на основе единых критериев и одновременно отразить специфику каждого подхода. Сравнение рассмотренных подходов показывает, что они основаны на разных критериях (Рис.1).

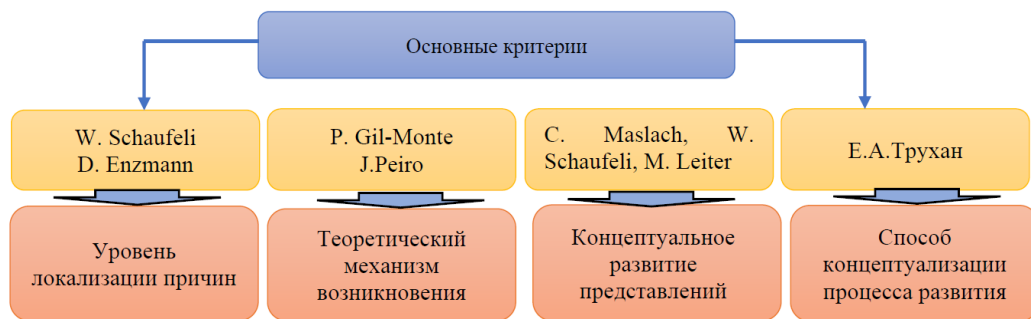


Рисунок 1 - Основные критерии отбора моделей выгорания

Особенности классификации W. Schaufeli и D. Enzmann состоит в использовании уровневого критерия. Модели распределяются в зависимости от уровня анализа происхождения выгорания. Вместе с тем данная классификация имеет определенные ограничения. Некоторые модели одновременно включают индивидуальные, межличностные и организационные факторы. Кроме того, данная классификация не учитывает состав синдрома выгорания и последовательность его развития.

Классификация P. Gil-Monte и J. Peiro отличается тем, что основанием выступает теоретический механизм развития выгорания. Однако данная классификация также не охватывает всего многообразия моделей выгорания.

Предлагаемая С. Maslach W. Schaufeli и M. Leiter классификация представляет собой концептуальную систематизацию факторов. Данный подход можно определить как организационно-системный, поскольку объясняет выгорание через несоответствие между работником и условиями труда.

Классификация Е. Трухан отличается от других систематизации тем, что она рассматривает только процессуальные модели, описывающие формирование и развитие выгорания во времени.

Таким образом, существующие классификации нельзя признать взаимоисключающими. Одна и та же модель может одновременно занимать несколько классификационных позиций. Многообразие моделей свидетельствуют о развитии и концептуальном усложнении теории выгорания, однако одновременно создает проблему их систематизации.

В связи с этим целью настоящего исследования является систематизация и классификация моделей выгорания на основе ретроспективного анализа научных подходов и теоретических моделей профессионального выгорания. Достижение данной цели подразумевает выполнение следующих задач:

R1. Провести систематический ретроспективный анализ научных подходов и теоретических моделей выгорания;

R2. Осуществить систематизацию и классификацию существующих моделей выгорания по критериям методологической базы, структурных компонентов и диагностической направленности на основе общих закономерностей и специфических факторов выгорания.

Систематизация моделей позволяет выявить сходства и различия между моделями, определить взаимосвязи между различными научными подходами. Классификация моделей выгорания имеет не только теоретическое, но и прикладное значение. Предлагаемая нами классификация моделей выгорания отличается от ранее разработанных тем, что учитывает не только происхождение факторов выгорания, но и структуру, причины и механизмы развития, а также диагностику и профилактику выгорания.

Материалы и методы

В данном исследовании предпринята попытка систематизации и классификации существующих моделей выгорания. В исследовании использовался комплекс теоретических методов, обеспечивающих всестороннее изучение проблемы выгорания. На первом этапе был проведен целенаправленный поиск, систематизация и критический анализ отечественной и зарубежной научной литературы, посвященной феномену выгорания, а также современным подходам к построению соответствующих моделей.

С целью выполнения поиска литературы были выбраны международные базы Scopus, Web of Science, PubMed, ScienceDirect, Springer, Mendeley, JSTOR для выявления основных исследований, посвященных классификации и разработке модели выгорания. Эти платформы позволяют получить доступ к рецензируемым публикациям, что создает обширное поле для углубленного анализа.

Важным этапом в поиске литературы является формулировка ключевых слов и фраз, которые наиболее точно отражают исследуемую тему. Комбинирование ключевых слов с использованием логических операторов AND, OR или NOT позволяет сузить или расширить область поиска. Например, запрос «модели выгорания» поможет найти статьи, посвященные классификации и разработке моделей выгорания. Базы данных также предлагают ряд дополнительных фильтров, которые могут быть полезны при поиске. Эти методы поиска способствуют проведению глубокого анализа и обобщения полученных материалов.

Методологическую основу исследования составили ретроспективный анализ, изучение актуальных научных подходов, а также методы обобщения и систематизации полученных данных. Применение ретроспективного анализа позволило проследить эволюцию научных представлений о выгорании и выявить ключевые направления развития существующих моделей.

Особое внимание было уделено анализу современных концептуальных и прикладных подходов к построению моделей выгорания. По результатам обобщения материалов были отобраны наиболее репрезентативные модели, после чего проведен их сравнительный анализ по следующим критериям: теоретические основания, структурные компоненты, диагностические индикаторы, возможности профилактического воздействия и потенциал интеграции цифровых технологий.

Данная классификация моделей учитывает не только происхождение факторов выгорания, но и структуру, причины и механизмы развития, а также диагностику и профилактику выгорания. В процессе работы применялись методы отбора, классификации, систематизации, обобщения и аналитической интерпретации научных данных, на основании которых была выполнена классификация существующих моделей с учетом их признаков и функциональных характеристик. Пошаговый план исследования представлен в таблице 1.

Таблица 1. План проведения исследования

Период	Содержание работы	Методы	Результаты
R1. Провести систематический ретроспективный анализ научных подходов и теоретических моделей выгорания			
1-2 неделя	Поиск литературы по международным базам Scopus, Web of Science, PubMed, ScienceDirect, Springer, Mendeley, JSTOR по теме исследования	Поиск и анализ научной литературы, ретроспективный анализ, анализ современных подходов, обобщение полученных данных	Краткая характеристика моделей выгорания
3-4 недели	Проанализировать существующие модели выгорания	Сравнительный анализ, контент-анализ, выделение критериев эффективности моделей	Таблица сравнительного анализа и перечень наиболее релевантных моделей
R2. Осуществить систематизацию и классификацию существующих моделей выгорания по критериям методологической базы, структурных компонентов и диагностической направленности на основе общих закономерностей и специфических факторов выгорания			
5-6 недели	Отбор моделей выгорания, соответствующие цели исследования	Методы отбора и аналитической интерпретации	Модели выгорания
7-8 недели	Систематизация отобранных моделей выгорания	Методы систематизации и обобщения	Систематизация отобранных моделей
9-10 недели	Классификация отобранных моделей	Методы классификации, аналитической интерпретации	Классификация

Результаты и обсуждение

За последние десятилетия исследователями было предложено несколько моделей выгорания, каждая из которых акцентирует внимание на различных факторах. В научной литературе сформировались различные концептуальные подходы к объяснению природы выгорания. Каждый подход акцентирует внимание на определенные факторы выгорания, его возникновения и развития. Современные модели демонстрируют переход от линейного понимания выгорания к многофакторным системам [9].

Авторами проанализированы и систематизированы публикации в международных базах Scopus, Web of Science, PubMed, ScienceDirect, Springer, Mendeley, JSTOR, посвященные модели выгорания. Нами выбраны только те публикации, которые рассматривают классификацию моделей выгорания. Перечень публикации представлена в таблице 2.

Таблица 2. Публикации по классификации моделей выгорания

Название публикации	Авторы	Название журнала	Год публикации
Job Demands, Job Decision Latitude, and Mental Strain: Implications for Job Redesign	R.A. Karasek	Administrative Science Quarterly	1979
The Burnout Companion To Study And Practice: A Critical Analysis	W. Schaufeli D. Enzmann	Taylor & Francis. CRC Press	1998
Perspectivas teóricas y modelos interpretativos para el estudio del síndrome de quemarse por el trabajo	P. R. Gil-Monte J. M. Peiró	Anales de Psicología	1999
Patterns of burnout among managers and professionals: a comparison of models	C.L. Cordes T.W. Dougherty M. Blum	Journal of Organizational Behavior	1999
Job Burnout	C. Maslach W.B. Schaufeli M.P. Leiter	Annual Review of Psychology	2001
Using the Job Demands–Resources Model to Predict Burnout and Performance	A.B. Bakker E. Demerouti W. Verbeke	Human Resource Management	2004
Three-tiered models of prevention: Teacher efficacy and burnout	W.P. Oakes K.L. Lane A. Jenkins B.B. Booker	Education & Treatment of Children	2013
Процессуальные модели выгорания: ретроспективный и систематический обзор	Е.А. Трухан	Вестник Омского университета	2024

Анализ публикаций, представленных в таблице 2, позволяет проследить эволюцию теоретических представлений о выгорании. Рассматриваемые работы отражают постепенный переход от изучения отдельных характеристик выгорания к систематизации научных подходов. Анализ отобранных публикаций позволяет выделить несколько взаимосвязанных направлений исследования:

- *организационно-факторное направление* объясняет выгорание как воздействие требований профессиональной среды, недостаток контроля и ресурсов. К данному направлению относятся работы R.A. Karasek, A.B. Bakker, E. Demerouti, W. Verbeke;

- *структурно-компонентное направление* рассматривает выгорание как многомерный синдром с взаимосвязанными психологическими компонентами. Данное направление представлено в работах С. Maslach, W.B. Schaufeli, M.P. Leiter и C.L. Cordes, T.W. Dougherty, M. Blum;

- *процессуальное направление* интерпретирует выгорание как динамический и поэтапно развивающийся процесс. Данное направление представлено в работе Е.А. Трухан;

- *социально-психологическое и концептуальное направление*

раскрывает выгорание через особенности взаимодействия личности, профессиональной среды и системы социальных отношений. Это направление отражено в исследованиях P. R. Gil-Monte, J.M. Peiró и W. Schaufeli, D. Enzmann;

- *профилактическое направление* ориентировано на разработку многоуровневых мер предупреждения и преодоления выгорания. Представлено в работах W.P. Oakes, K.L. Lane, A. Jenkins и B.B. Booker.

Несмотря на различия в структуре и содержании, большинство моделей основаны на общих принципах системности, поэтапности и сочетания организационных и личностных факторов выгорания.

Авторами систематизированы существующие модели выгорания на основе следующих критериев:

- объяснение причин и факторов возникновения выгорания;
- раскрытие динамики и этапов его развития;
- теоретическое определение сущности выгорания;
- характеристика структуры и основных компонентов выгорания;
- практическая направленность на решение задач диагностики, прогнозирования и профилактики.

Выделенные критерии позволяют определить доминирующую исследовательскую направленность каждой модели и установить, на какой ключевой вопрос она отвечает: «Почему возникает выгорание?», «Как выгорание развивается?», «Что представляет собой выгорание и какова его структура?», «Каким образом его можно диагностировать, прогнозировать и предупреждать?». Такой подход обеспечивает концептуально обоснованное сопоставление различных моделей и позволяет систематизировать их с учетом причин, механизмов развития, содержания, структуры и практической направленности.

Основанием данной классификации выступили доминирующая исследовательская направленность модели, характер объяснения природы выгорания и предполагаемая область применения полученных положений. Обобщенный и сравнительный анализ существующих моделей позволили авторам выделить четыре типа моделей выгорания:

- 1) Факторные модели;**
- 2) Процессуальные модели;**
- 3) Концептуальные модели;**
- 4) Прикладные модели.**

Данная классификация моделей выгорания, предлагаемая авторами, по критериям методологической базы, структурных компонентов и диагностической направленности на основе общих закономерностей и специфических факторов выгорания представлена на рисунке 2.



Рисунок 2 - Классификация моделей выгорания

К факторным отнесены модели, в которых основное внимание уделяется факторам выгорания. Они ориентированы на выявление внешних и внутренних факторов, обуславливающих возникновение и развитие выгорания. Также раскрывают характер между требованиями деятельности и ресурсами личности. Следовательно, их объединяет ориентация на выявление причин и условий возникновения выгорания. *Процессуальные модели* рассматривают выгорание как поэтапный и динамический процесс, включающий последовательную смену стадий и состояний. Их объединяет описание последовательности стадий, переходов и изменений, посредством которых профессиональное напряжение переходит в устойчивое состояние истощения, отчуждения и снижения профессиональной эффективности. *Концептуальные модели* направлены на теоретическое осмысление сущности выгорания, его структуры, соотношение со стрессом, депрессией и взаимосвязи с другими психологическими и педагогическими феноменами. Их объединяет сосредоточенность преимущественно на причинах либо этапах развития выгорания. *Прикладные модели*, ориентированные на разработку конкретных диагностических инструментов, профилактических программ и практико-ориентированных механизмов сопровождения педагогов. Они объединены на основании их практической направленности. В них теоретические положения преобразуются в конкретные средства оценки и сопровождения. Если модели первых трех типов отвечают на вопросы сущности, причинах и динамике выгорания, то прикладные модели ориентированы на решение вопроса о выявлении, прогнозировании, предупреждении и снижении его проявления.

Таким образом, предложенная классификация отражает четыре взаимосвязанных аспекта выгорания: факторный, динамический, содержательно-концептуальный и практико-ориентированный. Преимущество данной классификации заключается в возможности сопоставления теоретически разных моделей на основе ведущей научной функции. Вместе с тем одна модель может содержать признаки нескольких групп. В таких случаях отнесение модели к определенному виду

осуществляется по преобладающей исследовательской направленности. Это позволяет избежать чрезмерно жесткого разделения моделей и учитывать многомерный характер выгорания

1) Факторные модели

Факторные модели выгорания направлены на описание его структурных компонентов, что позволяет выявить ключевые измерения данного феномена. В рамках данного подхода выгорание рассматривается как совокупность взаимосвязанных психологических компонентов, отражающих различные аспекты профессионального функционирования личности.

Представленная классификация позволяет наглядно сопоставить различия и сходства между моделями, а также выявить эволюцию представлений о структуре выгорания в научном дискурсе. Графическая визуализация структурной взаимосвязи факторных моделей представлены на рисунке 3.

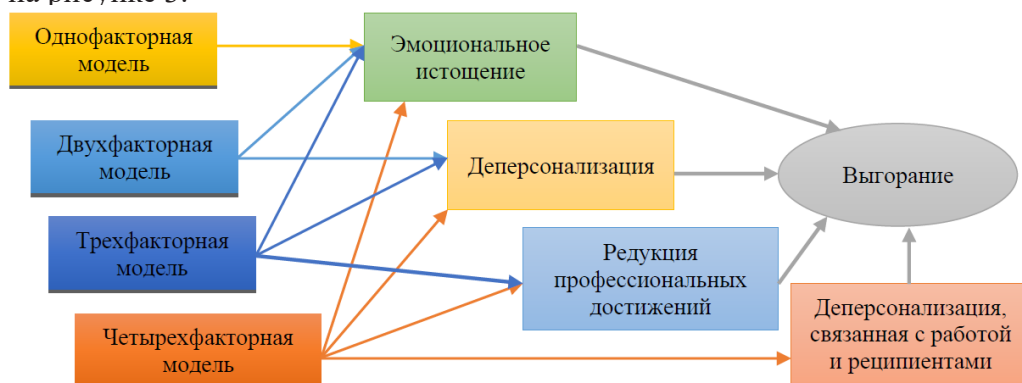


Рисунок 3 – Структурная взаимосвязь факторных моделей

2) Процессуальные модели

Процессуальные модели выгорания трактуют данный феномен как динамически развивающийся процесс, обладающий определённой временной структурой, стадиями и фазами. С позиций процессуального подхода профессиональное выгорание развивается поэтапно и сопровождается устойчивыми изменениями в эмоционально-профессиональной сфере личности. Первоначальное эмоциональное истощение приводит к ослаблению адаптационных механизмов, после чего формируются деперсонализация и отчуждение от профессиональных ролей, а на заключительных стадиях - редукция личных и профессиональных достижений. Графическая визуализация структурной взаимосвязи процессуальных моделей представлены на рисунке 4.

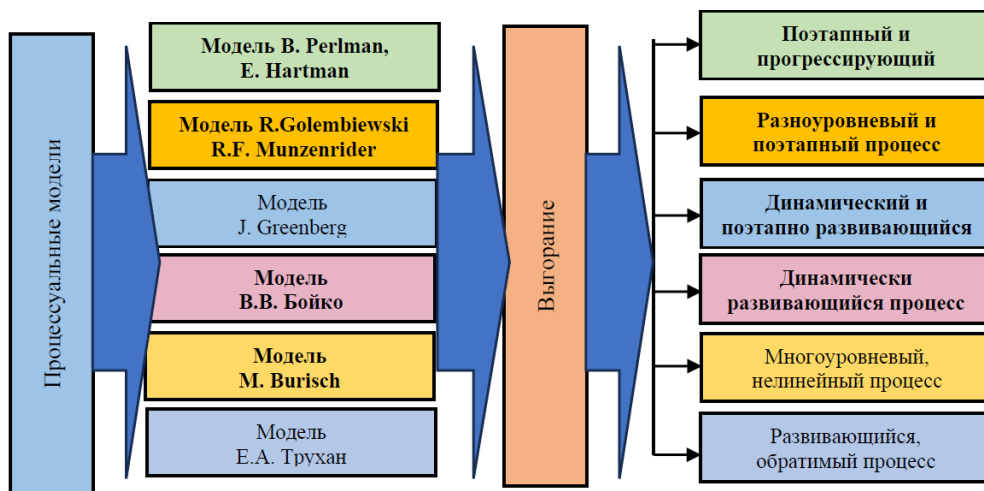


Рисунок 4 – Структурная взаимосвязь процессуальных моделей

Таким образом, процессуальные модели позволяют рассматривать профессиональное выгорание как нелинейный, разворачивающийся во времени процесс, что имеет принципиальное значение для разработки диагностических инструментов и профилактических программ, ориентированных на раннее выявление рисков и сохранение профессионального благополучия педагогов.

В отличие от факторных моделей, ориентированных на описание структуры синдрома, процессуальные модели акцентируют внимание на механизмах его развития, переходе от начальных адаптационных реакций к устойчивым деструктивным изменениям профессиональной идентичности и эмоционального функционирования.

3) Концептуальные модели

Концептуальные модели выгорания позволяют рассматривать данный феномен как сложный, многоуровневый и динамически развивающийся процесс, формирующийся в результате взаимодействия индивидуальных ресурсов личности и требований профессиональной среды. Несмотря на различия в теоретических основаниях и акцентах, данные модели демонстрируют принципиальное концептуальное единство в интерпретации природы выгорания. В обобщённом виде концептуальные модели выгорания могут быть интегрированы в несколько взаимодополняющих аналитических измерений. Концептуальные модели представлены на рисунке 5.



Рисунок 5 - Концептуальные модели выгорания

Таким образом, рассмотренные концептуальные модели не противоречат друг другу, а формируют многомерную интегративную систему. Подобная интеграция по измерениям позволяет перейти от фрагментарного описания выгорания к системному теоретическому пониманию, что создаёт методологическую основу для построения диагностических и профилактических моделей профессионального выгорания.

4) Прикладные модели

Прикладные модели выгорания представляют собой практико-ориентированные концепции, направленные на диагностику, профилактику и коррекцию синдрома выгорания в конкретных профессиональных группах. Прикладные подходы ориентированы на разработку алгоритмов психологического сопровождения, программ профилактики и технологий психологической помощи специалистам (Рис. 6).

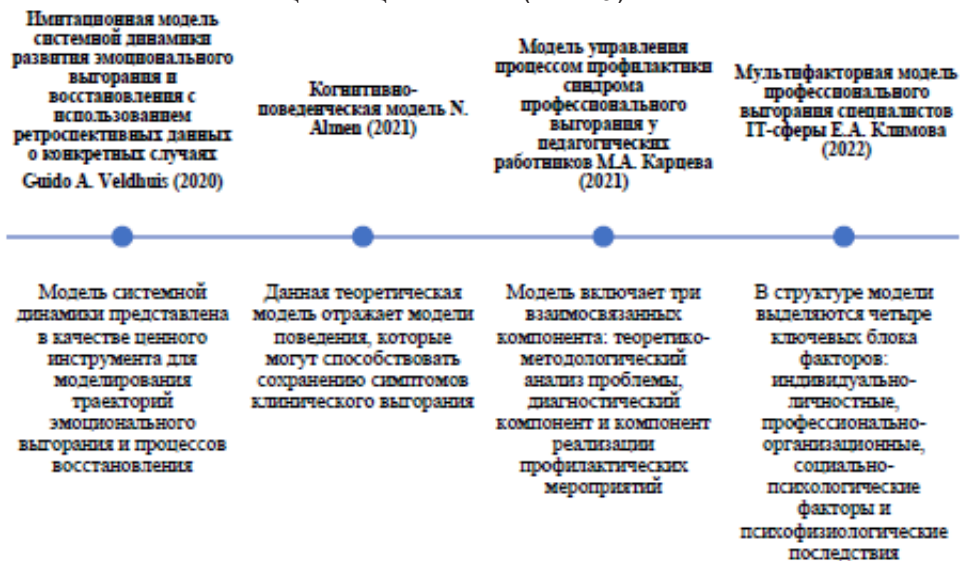


Рисунок 6 - Прикладные модели выгорания

Анализ прикладных моделей позволяет рассматривать современную систему профилактики выгорания как многоуровневый, интегративный и междисциплинарный процесс. Несмотря на различия в профессиональной направленности, все модели демонстрируют методологическое единство и опираются на системный, личностно-ориентированный, деятельностный и ресурсный подходы. Обобщённо прикладные модели включают следующие инвариантные структурные элементы:

1) *Целевой компонент* ориентирован на сохранение психологического благополучия, повышение стрессоустойчивости, профессиональной мотивации и удовлетворенности деятельностью.

2) *Диагностический компонент* обеспечивает выявление уровня выгорания, факторов риска, индивидуально-психологических особенностей и динамики психоэмоционального состояния.

3) *Содержательно-процессуальный компонент* включает обучающую, просветительскую, развивающую и коррекционную деятельность.

4) *Технологический (практический) компонент* реализуется через тренинги, консультации, психокоррекционные программы, обучение копинг-стратегиям, методы арт-терапии, релаксации, саморегуляции.

5) *Результативно-оценочный компонент* отражает эффективность профилактики через показатели снижения эмоционального истощения, деперсонализации, тревожности и повышения профессиональной устойчивости.

В обобщенном виде прикладные модели демонстрируют, что эффективная профилактика профессионального выгорания возможна лишь при интеграции диагностики, обучения, психокоррекции и формирования устойчивых личностных ресурсов специалиста.

Сопоставление четырех типов моделей позволяет установить их содержательную взаимодополняемость. Факторные модели определяют причины выгорания; процессуальные модели показывают этапы развития синдрома выгорания, концептуальные модели устанавливают признаки выгорания, прикладные модели предлагают способы их измерения и профилактики. Следовательно, ни один тип моделей в отдельности не обеспечивает исчерпывающего объяснения выгорания.

Таблица 3. Сравнительная характеристика предложенных моделей выгорания

Критерий сравнения	Факторные модели	Процессуальные модели	Концептуальные модели	Прикладные модели
Основной исследовательский вопрос	Почему возникает выгорание?	Как возникает и развивается выгорание?	Что представляет собой выгорание?	Как диагностировать, прогнозировать и предупреждать выгорание?
Целевая направленность	Выявление факторов риска и защитных ресурсов	Раскрытие стадий, механизмов и последовательность развития выгорания	Определение сущности, структуры	Решение диагностических, профилактических и коррекционных задач

Объект анализа	Условия труда, профессиональные требования, организационные и личностные ресурсы	Изменение состояния работника во времени под воздействием хронического стресса	Компоненты, симптомы и содержательные характеристики выгорания	Измеряемые показатели, уровни риска
Практическое значение	Определение причин выгорания и организационные риски	Раннее выявление этапов развития выгорания	Обеспечение теоретической обоснованности	Диагностика, мониторинг, прогнозирование и профилактические меры
Преимущество	Объясняют многоуровневую обусловленность выгорания	Раскрывают выгорание как изменяющийся во времени процесс	Рассматривают содержание и структуру выгорания	Обеспечивают переход теоретических положений в практические технологии
Ограничение	Не всегда раскрывают последовательность формирования симптомов	Не во всех случаях подтверждается стадийность	Различие в составе компонентов затрудняют сопоставление результатов	Результаты зависят от выбранного инструментария

Таким образом, предложенная классификация отражает четыре взаимосвязанных уровня научного познания выгорания: факторы, развитие, содержательную структуру и возможности практического воздействия. Принципиальным достоинством факторных моделей является возможность одновременного анализа организационных и индивидуальных условий. Однако факторные модели сами по себе не всегда раскрывают временную последовательность формирования отдельных компонентов выгорания. Процессуальные модели отличаются тем, что с причин выгорания переходят на механизм его развития. Значимость процессуального подхода заключается в возможности определения ранних признаков и выделения этапов выгорания. Концептуальные модели направлены на определение признаков выгорания, отличия от стресса, депрессии и хронической усталости. Прикладные модели обеспечивают использование теоретических положений в диагностических и профилактических технологиях.

Заключение

Таким образом, совокупность существующих моделей позволяет рассматривать выгорание как многоуровневый процесс, обеспечивающий не только снижение симптомов выгорания, но и повышение качества профессиональной деятельности, устойчивости личности и эффективности функционирования образовательных и профессиональных организаций в целом.

Проведенный ретроспективный анализ научных подходов и теоретических моделей выгорания позволил систематизировать значительный массив отечественных и зарубежных исследований и предложить их типологизацию по четырем ключевым группам: *факторным, процессуальным, концептуальным и прикладным моделям*. *Факторные модели* фокусируются на выявлении структурных компонентов синдрома выгорания и отражают эволюцию научного понимания данного феномена от однокомпонентных моделей к многомерным конструкциям. *Процессуальные модели* интерпретируют выгорание как динамический, стадийно разворачивающийся во времени процесс, что имеет принципиальное значение для разработки диагностических и профилактических стратегий. *Концептуальные модели* рассматривают выгорание как сложную интегративную систему. В свою очередь, *прикладные модели* ориентированы на формирование целостных методологических решений, направленные на диагностику, прогнозирование и профилактику выгорания.

Несмотря на различия в теоретических основаниях выгорание трактуется как многоуровневый процесс, возникающий вследствие дисбаланса между профессиональными требованиями и личностными ресурсами. Предложенная классификация не только систематизирует существующие научные подходы, но и формирует теоретико-методологическую базу.

Полученные результаты подтверждают высокую научную и практическую значимость, особенно в контексте системы образования Республики Казахстан. Перспективным направлением является разработка модели, адаптированных диагностических инструментов и профилактических программ, учитывающих специфику национальной образовательной системы.

Информация о финансировании

Данное исследование профинансировано Комитетом науки Министерства науки и высшего образования Республики Казахстан (грант № AP23490767).

ЛИТЕРАТУРА

- [1] Freudenberger H. J. Staff burn-out // Journal of Social Issues. – 1974. – № 30(1). – Pp. 159-165.
- [2] Maslach C., Jackson S.E. The measurement of experienced burnout // Journal of Organizational Behavior. – 1981. – Vol. 2. – № 2. – P. 99-113.
- [3] Pines A., Aronson E. Career burnout: Causes and cures. Free Press. 1988. – 257 p. ISBN 978-0029253519.
- [4] Schaufeli W., Enzmann D. The Burnout Companion To Study And Practice: A Critical Analysis (1st ed.). Taylor & Francis. CRC Press. 1998. – 48 p.
- [5] Gil-Monte P. R., Peiró J. M. Perspectivas teóricas y modelos interpretativos para el estudio del síndrome de quemarse por el trabajo // Anales de Psicología. – 1999. – Vol. 15. – № 2. – P. 261–268.

[6] Maslach C., Schaufeli W.B., Leiter M.P. Job Burnout // Annual Review of Psychology. – 2001. – Vol. 52. – P. 397–422.

[7] Трухан Е.А. Процессуальные модели выгорания: ретроспективный и систематический обзор. Часть 1 // Вестник Омского университета. Серия «Психология». – 2024. – № 2. – С. 34-44.

[8] Трухан Е.А. Процессуальные модели выгорания: ретроспективный и систематический обзор. Часть 2 // Вестник Омского университета. Серия «Психология». – 2024. – № 3. – С. 33-44.

[9] Veterok E.V. Theoretical Analysis of the Phenomenon of Professional Burnout (Based on Modern Foreign Studies) // SMALTA. – 2023. – Vol. 17 – P. 5-14.

ҚАЗІРГІ ҒЫЛЫМИ ТҮСІНІКТЕР КОНТЕКСТІНДЕ ҚАЗУ МОДЕЛЬДЕРІН ЖҮЙЕЛЕУ

*Парманкулова П.Ж.¹, Жолдасбекова С.А.²

Иманкулова Л.П.³, Тәңкіш Н.П.⁴

*^{1,2}М.Әуезов атындағы Оңтүстік Қазақстан университеті
Шымкент, Қазақстан

³Қазақ Ұлттық қыздар педагогикалық университеті, Алматы, Қазақстан

⁴Орталық Азия инновациялық университеті, Шымкент, Қазақстан

Аңдатпа. Ғылыми әдебиеттерде теориялық негіздерімен, феноменнің табиғатын, құрылымын, пайда болу факторлары мен даму механизмдерін түсіндіруімен ерекшеленетін көптеген қажу модельдері ұсынылған. Сонымен қатар бірыңғай жіктеменің болмауы әр түрлі ғылыми тәсілдерді өзара салыстыруды және олардың арасындағы өзара байланысты анықтауды қиындатады. Осыған байланысты қажудың қолданыстағы модельдерін жүйелеу және оларды ортақ тұжырымдамалық әрі мазмұндық сипаттамалары негізінде жіктеу өзекті болып табылады. Зерттеудің мақсаты модельдердің теориялық қағидаларын, құрылымдық компоненттері мен функционалдық бағыттылығын талдау негізінде қажу модельдерін жүйелеу және олардың жіктелісін әзірлеу болып табылады. Зерттеуде ретроспективті және салыстырмалы талдау, ғылыми тұжырымдамаларды жалпылау және типтерге жіктеу әдістері қолданылды. Ретроспективті талдауды қолдану қажу туралы ғылыми түсініктердің эволюциясын қадағалауға және қолданыстағы модельдердің дамуының негізгі бағыттарын анықтауға мүмкіндік берді. Зерттеу нәтижесінде авторлар қажудың негізгі төрт түрін бөліп көрсетті: факторлық, үдерістік, тұжырымдамалық және қолданбалы. Факторлық модельдер қажудың себептерін сипаттайды, үдерістік модельдер қажудың динамикасын ашып көрсетсе, тұжырымдамалық модельдер көп деңгейлі құрылымын қарастырады, ал қолданбалы модельдер диагностикалық және профилактикалық іс-шараларды жасауға бағытталады. Ұсынылған қажу модельдерінің жіктелуі бұрынғы жіктелімнен қажу факторларының пайда болуын ғана емес, сонымен қатар құрылымын, себептері мен даму механизмдерін, сондай-ақ қажудың диагностикасы мен алдын-

алуды ескеретіндігімен ерекшеленеді. Зерттеудің ғылыми жаңалығы диагностикалық құралдар мен профилактикалық бағдарламаларды әзірлеуге негіз болатын қажу модельдерін жіктеуде болып отыр. Практикалық маңыздылығы алынған нәтижелерді Қазақстан Республикасының білім беру жүйесінде қолдану мүмкіндігінде. Кейінгі зерттеулердің болашағы жасанды интеллект элементтерін қолдана отырып, заманауи цифрлық технологияларды қажудың алдын алуға бейімделген әдістемелер мен бағдарламалар әзірлеумен байланысты болмақ.

Тірек сөздер: қажу, модель, жүйелеу, жіктеу, ретроспективті талдау, факторлық модель, үдерістік модель, тұжырымдамалық модель, қолданбалы модель.

SYSTEMATIZATION OF BURNOUT MODELS IN THE CONTEXT OF CONTEMPORARY SCIENTIFIC PERSPECTIVES

*Parmankulova P.Zh¹, Zholdasbekova S.A.², Imankulova L.P.³, Tankish N.P.⁴

*^{1,2}M. Auezov South Kazakhstan University, Shymkent, Kazakhstan

³ Kazakh National Women's Teacher Training University, Almaty, Kazakhstan

⁴Central Asian Innovation University, Shymkent, Kazakhstan

Abstract. The scientific literature presents numerous models of burnout that differ in their theoretical foundations, interpretations of the nature and structure, of the phenomenon, contributing factors, and development mechanisms. However, the absence of a unified classification system complicates the comparison of different theoretical approaches and the identification of relationships among them. Therefore, the systematization and classification of existing burnout models based on shared conceptual and substantive characteristics remain important research tasks. This study aims to classify burnout models through an analysis of their theoretical propositions, structural components, and functional orientations. The study employed retrospective and comparative analysis, generalisation, and the classification of scientific approaches. Retrospective analysis made it possible to trace the evolution of scholarly perspectives on burnout and identify key directions in the development of existing models. Authors identified four main types of burnout models: factorial, processual, conceptual, and applied. Factorial models describe the structural components of burnout, processual models explain its developmental dynamics, conceptual models address multilevel contributing factors, and applied models focus on the development of diagnostic and preventive interventions. Unlike previous classification, the proposed framework considers not only the origins of burnout-related factors but also the structure, causes, and mechanisms of burnout development, as well as its diagnosis and prevention. The scientific novelty of the study lies in the proposed classification of burnout models, which provides a foundation for developing diagnostic tools and preventive programs. The practical significance of the findings derives from their potential application within the education system of the Republic of Kazakhstan. Future research should focus on developing contextually adapted diagnostic methods and burnout-prevention programmes incorporating contemporary digital technologies, including artificial intelligence.

Key words: burnout, model, systematization, classification, retrospective analysis, factor models, process models, conceptual models, applied models.

Мақала түсті / Статья поступила / Received: 24.02.2026
Жариялауға қабылданды / Принята к публикации / Accepted: 26.06.2026

Авторлар туралы мәлімет

Парманкулова Перизат Жаксылыковна – философия докторы (PhD), М.Әуезов атындағы Оңтүстік Қазақстан университеті, email: perizatpall@mail.ru.

Жолдасбекова Сауле Абдразаховна – педагогика ғылымдарының докторы, профессор, М. Әуезов атындағы Оңтүстік Қазақстан университеті, email: saulez.63@mail.ru.

Иманкулова Ляйля Болаткуловна (хат алмасушы автор) - философия докторы (PhD), Қазақ Ұлттық қыздар педагогикалық университеті, email: Lei_84@mail.ru.

Тәңкіш Нәзира Полатқызы – философия докторы (PhD), Орталық Азия инновациялық университеті, email: tankish81@mail.ru.

Информация об авторах

Парманкулова Перизат Жаксылыковна – доктор философии (PhD), Южно-Казахстанский университет им. М.Ауэзова, email: perizatpall@mail.ru.

Жолдасбекова Сауле Абдразаховна - доктор педагогических наук, профессор, Южно-Казахстанский университет им. М.Ауэзова, email: saulez.63@mail.ru.

Иманкулова Ляйля Болаткуловна (корреспондент автор) - доктор философии (PhD), Казахский Национальный женский педагогический университет, email: Lei_84@mail.ru.

Тәңкіш Нәзира Полатқызы – доктор философии (PhD), Центрально-Азиатский инновационный университет, email: tankish81@mail.ru.

Information about authors

Parmankulova Perizat Zhaksylykovna– PhD doctor, South Kazakhstan University named after M.Auezov, email: perizatpall@mail.ru.

Zholdasbekova Saule Abdrazakhovna - doctor of Pedagogical Sciences, Professor oSouth Kazakhstan University named after M.Auezov, email: saulez.63@mail.ru.

Imankulova Lyailya Bolatkulovna (corresponding author) - PhD doctor, Kazakh National Women's Pedagogical University, email: Lei_84@mail.ru.

Tankish Nazira Polatkyzy – PhD doctor, Central Asian Innovative University, email: tankish81@mail.ru.